

Exercícios espirituais e filosofia antiga

Pierre HADOT

De *Exercices Spirituels et Philosophie Antique*, Paris, Albin Michel, 2e. éd., 2002. Seleção e tradução de Olavo de Carvalho para exclusivo uso em aula pelos alunos do Seminário de Filosofia. Proibida a difusão por quaisquer meios. .

1. Muitas das dificuldades que experimentamos em compreender as obras filosóficas dos antigos provêm, com freqüência, do fato de que cometemos, ao interpretá-las, um duplo anacronismo: acreditamos que, como muitas obras modernas, elas se destinam a comunicar informações concernentes a um conteúdo conceptual dado e que podemos também tirar delas, diretamente, informações claras sobre o pensamento e a psicologia do seu autor. Mas, de fato, elas são com freqüência exercícios espirituais que o autor pratica pessoalmente e faz o seu leitor praticar. Elas destinam-se a formar as almas. Elas têm um valor psicagógico. Toda asserção deve então ser compreendida na perspectiva do efeito que visa a produzir e não como uma proposição que expresse adequadamente o pensamento e os sentimentos de um indivíduo.

2. Esses exercícios... correspondem a uma transformação da visão do mundo e a uma metamorfose da personalidade... Graças a eles o indivíduo se eleva à vida do Espírito objetivo, isto é, se recoloca na perspectiva do Todo (“Eternizar-se ultrapassando-se”¹).

3. Os *Exercícios Espirituais* de Sto. Inácio de Loyola não são senão uma versão cristã de uma tradição greco-romana.

4. Os estóicos declaram explicitamente [que] a filosofia é um “exercício”. A seus olhos, a filosofia não consiste no ensinamento de uma teoria abstrata, menos ainda numa exegese de textos, mas numa arte de viver, numa atitude concreta, num estilo de vida determinado, que engaja toda a existência. O ato filosófico não se situa somente na ordem do conhecimento mas na ordem do “si” e do ser: ...é uma conversão que abala toda a vida, que modifica o ser que a realiza.

5. Para todas as escolas filosóficas, a principal causa de sofrimento, de desordem, de inconsciência, são as paixões: desejos desordenados, temores exagerados... A filosofia aparecerá então, em primeiro lugar, como uma terapêutica das paixões. Tomemos desde logo o exemplo dos estóicos. Para eles, toda a infelicidade dos homens provém de que eles buscam alcançar ou conservar bens que eles arriscam não obter ou que arriscam perder, e de que buscam evitar males que, com freqüência, são inevitáveis. A filosofia vai portanto educar o homem para que não busque alcançar senão o bem que pode obter e não busque evitar senão o mal que pode evitar. Esse bem que se pode sempre obter e esse mal que se pode sempre evitar devem, para ser tais, depender unicamente da liberdade do homem: são o bem moral e o mal moral. Só eles dependem

¹ Expressão de Georges Friedmann.

de nós, o resto não depende. O resto, portanto, corresponde ao encadeamento necessário das causas e dos efeitos, que escapa à nossa liberdade.

6. [Pela filosofia] passamos de uma visão “humana” da realidade, em que os valores dependem das paixões, a uma visão “natural” das coisas, que recoloca cada acontecimento na perspectiva da natureza universal. Essa mudança de visão é difícil. Os exercícios espirituais operam pouco a pouco a transformação interior.

7. Graças a Filon de Alexandria possuímos duas listas de exercícios que nos dão o panorama de uma terapêutica filosófica de inspiração estoíco-platônica. Uma dessas listas enumera: a busca (*zetexis*), o exame aprofundado (*skepsis*), a leitura, a audição (*akeróasis*), a atenção (*prozokhê*), o domínio de si (*enkrateia*), a indiferença às coisas indiferentes. A outra nomeia sucessivamente: as leituras, as meditações (*meletai*), as terapias das paixões, as lembranças do que é bom, o domínio de si, o cumprimento dos deveres.

8. A atenção (*prozokhê*) é a atitude espiritual fundamental do estoíco. É uma vigilância e uma presença de espírito contínuas, uma consciência de si sempre desperta, uma tensão constante do espírito. Graças a ela, o filósofo sabe e quer plenamente o que ele faz a cada instante. Graças a essa vigilância de espírito, a regra de vida fundamental, isto é, a distinção entre o que depende de nós e o que não depende, está sempre “à mão”.

9. É essencial ao estoicismo (como aliás ao epicurismo) fornecer aos seus adeptos um princípio fundamental extremamente simples e claro, formulável em poucas palavras, que possa permanecer facilmente presente ao espírito e ser aplicado com a segurança e a constância de um reflexo.

10. Essa atenção ao momento presente é de algum modo o segredo dos exercícios espirituais. Ela liberta da paixão que é sempre provocada pelo passado ou pelo futuro, que não dependem de nós; ela facilita a vigilância, concentrando-a no minúsculo momento presente, sempre dominável, sempre suportável; ela abre enfim nossa consciência à consciência cósmica, tornando-nos atentos ao valor infinito de cada instante, fazendo-nos aceitar cada momento da existência na perspectiva da lei universal do cosmos.

11. [Nessa prática], a imaginação e a afetividade devem associar-se ao exercício do pensamento. Todos os meios psicacógicos da retórica, todos os métodos de amplificação devem ser aqui mobilizados. Trata-se de formular para si mesmo a regra de vida da maneira mais viva, mais concreta. Tal é o exercício da memorização (*mneme*) e de meditação (*meletê*). O exercício da meditação permitirá estar pronto no momento em que apareça uma circunstância inesperada, e talvez dramática. [O filósofo] imaginará de antemão as dificuldades da vida (*prameditatio malorum*): a pobreza, o sofrimento, a morte; ele os olhará face a face, recordando que não são males, pois não dependem de nós.

12. Desde a manhã ele examinará de antemão o que deve fazer no curso do dia e fixará de antemão os princípios que dirigirão e inspirarão as ações. De noite, ele se examinará de novo para se dar conta dos erros ou dos progressos realizados. Ele examinará também os seus sonhos.

13. O exercício da meditação esforça-se por dominar o discurso interior, para torná-lo coerente, para ordená-lo a partir desse princípio simples e universal que é a distinção entre o que de depende de nós e o que não depende, entre a liberdade e a natureza. Pelo diálogo consigo

mesmo ou com outrem, pela escrita também, aquele que quer progredir se esforça para “conduzir seus pensamentos pela ordem”² e chegar assim a uma transformação total da sua representação do mundo. [Esse exercício é alimentado também pelos exercícios mais propriamente intelectuais: leitura, audição, investigação, exame aprofundado.]

14. Vêm, enfim, os exercícios práticos destinados a criar hábitos. Alguns são ainda muito “interiores”...: por exemplo, a indiferença às coisas indiferentes. Outros supõem comportamentos práticos: o domínio de si, o cumprimento dos deveres da vida social, [o domínio das paixões].

15. Para o estóico, filosofar é portanto exercitar-se em viver conscientemente, ultrapassando os limites da individualidade para se reconhecer como parte de um cosmos animado pela razão; [e] livremente, renunciando a desejar o que não depende de nós e que nos escapa.

16. No diálogo “socrático”, a verdadeira questão que está em jogo não é *aquilo de que se fala*, mas *aquela que fala*... Sócrates acossa seus interlocutores com perguntas que os colocam em questão, que os obrigam a prestar atenção a si mesmos, a inquietar-se consigo mesmos... A missão de Sócrates consiste em convidar seus contemporâneos a examinar suas consciências, a preocupar-se com seus progressos interiores. “Farei a cada um o maior bem ao tentar persuadi-lo a preocupar-se menos com aquilo que ele tem do que com aquilo que ele é, para torná-lo tão excelente e razoável quanto possível.”³ O diálogo socrático aparece portanto como um exercício espiritual praticado em comum, que convida ao exercício interior, isto é, ao exame de consciência.

17. Essa prática do diálogo consigo mesmo, que é a meditação, parece ter sido muito prezada pelos discípulos de Sócrates. Perguntaram a Antístenes que proveito ele havia tirado da filosofia. Ele respondeu: “O de poder conversar comigo mesmo.”⁴ Essa íntima ligação entre o diálogo com outrem e o diálogo consigo tem uma significação profunda. Só aquele que é capaz de um verdadeiro encontro com outrem é capaz de um encontro autêntico consigo mesmo, e o inverso é igualmente verdadeiro. O diálogo não é verdadeiramente diálogo senão na presença a outrem e a nós mesmos. Desse ponto de vista, todo exercício espiritual é dialógico, na medida em que é exercício da presença autêntica.

18. Os diálogos platônicos são exercícios-modelos. Modelos, porque não são estenografias de diálogos reais, mas composições literárias que imaginam um diálogo ideal. Exercícios, precisamente porque são diálogos... Um diálogo é um itinerário de pensamento cujo caminho é traçado pelo acordo, constantemente mantido, entre quem interroga e quem responde. Opondo seu método ao dos erísticos, Platão sublinha: “*Quando dois amigos estão com disposição de conversar, é preciso usar de uma maneira mais doce e mais dialética. ‘Mais dialética’ significa não somente que damos respostas verdadeiras, mas que não fundamos nossa resposta senão naquilo que o próprio interlocutor*

² A expressão é de Descartes.

³ *Apologia de Sócrates*, 36c1.

⁴ Diógenes Laércio, VI, 6.

*reconhece saber.*⁵ A dimensão da interlocução... impede o diálogo de ser uma exposição teórica e dogmática e o obriga a ser um exercício concreto e prático, porque não se trata de expor uma doutrina, mas de conduzir um interlocutor a uma determinada atitude mental... É o que se passa em todo exercício espiritual: é preciso fazer-nos mudar de ponto de vista, de atitude, de convicção, portanto dialogar conosco mesmos, lutar conosco mesmos.

19. Para vencer essa luta, não basta expor a verdade, é preciso persuadir, portanto usar a psicagogia, a arte de seduzir as almas; e ainda, não somente a retórica, que busca, por assim dizer, persuadir de longe por um discurso contínuo, mas sobretudo a dialética, que exige, a cada momento, o acordo explícito do interlocutor. A dialética deve portanto escolher habilmente uma via indireta, melhor ainda, uma série de vias aparentemente divergentes, mas no entanto convergentes.

⁵ *Ménon*, 75c-d.